

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系
教育心理學報，民81，25期，67-79頁

國小、國中與高中教師工作 心厭之比較研究

郭生玉

本研究旨在比較國小、國中與高中教師工作心厭之差異性。研究樣本包括國小教師434名、國中教師383名、高中教師260名，總共有1077名教師。他們依據自己的知覺填寫教師工作心厭量表。所得資料經由二因子多變項變異分析和事後比較分析後，得到下列重要結果：(1)國中教師在個人成就與缺乏人性的兩項工作心厭，顯著高於國小教師，而在情緒耗竭與缺乏人性的兩項工作心厭，也顯著高於高中教師。(2)國小教師在情緒耗竭的工作心厭，顯著高於高中教師，但在個人成就感的工作心厭，卻顯著低於高中教師（亦即有較高之工作成就感）。(3)男性教師在缺乏人性方面的工作心厭，顯著高於女性教師。

關鍵詞：教師工作心厭，缺乏人性，個人成就感，情緒耗竭。

學校教育旨在增進學生的知能和培養健全人格。在教學活動中，透過師生交互作用的歷程，學生的學習成效及人格發展，深受教師的專業知能和人格所影響。許多教育家認為教師的人格對學生成功的影響遠比其教學方法更為重長（Fisher，1985）。基於此，教師心理健康之研究是一件極為重要的課題。

教師的工作如同護士、社會工作者、警察、輔導員一樣，都是屬於助人的專業性職業（helping professions），這項工作需花費甚多時間和投注大量心力於學生身上，但是，缺乏正面的回饋，無法實現自己的期望，工作不但難有成就感，而且時有挫折感，在此種情況之下，就易使教師產生工作心厭現象（burnout）。探討分析有關研究文獻後，Belcastro和Gold（1983）指出：教師們正經驗到工作的壓力、焦慮、不滿意工作、生理與心理的疾病，以及情緒的耗竭。此一現象可能顯示教育專業工作會對教師的心理或生理健康造成嚴重的傷害。無可諱言的，教學工作是一種具有壓力的專業工作。從1970年代的初期就引起學術界的關心與注意，並致力於研究教師工作壓力的流行性和不良的影響。依美國全國教育學會（National Education Association，NEA）的全國性調查發現：教師感受到相當大壓力的比率，在1938年時有37.5%，在1951時有43%，而在1976年時則有78%（Holt，Fine & Tollefson，1987）。除此之外，Anderson（1981）也指出有67%的教師經驗到其工作環境通常有壓力或經常有壓力存在。

許多研究者都共同認為：工作心厭是長期處在工作壓力的結果，它是壓力的併發症（Syndrome），

導因於個人無法有效因應工作的壓力(Benjamin & Walz, 1987; Cherniss, 1980, Belcastro & Gold, 1983; Hendriz et al., 1988; Holt, Fine & Tollefson 1987; Richard & Krieshok, 1989)。根據Cichon & Koff (1980) 的最近調查發現：超過半數的被調查教師由於壓力的關係，而有生理與心理疾病的經驗，而且有75%的教師因壓力的煩悶而缺課(Sylester, 1977)。究竟工作壓力和工作心厭有何關係？Blase (1982) 依據社會心理學的理论提出教師工作—動機論 (teacher performance- motivation theory)，說明工作壓力何以會造成工作心厭。此理論的主要觀點是教師依據學生的需求，應用其努力和教學策略從事教學，但是，有時無法有效克服各種工作壓力來源，因而導致某些程度的工作緊張和消極的結果，長期下來，只獲得消極的結果，教師的工作滿意 (satisfaction)、工作專注 (involvement)、工作動機 (motivation) 和工作努力 (effort)，就會顯著降低，而形成所謂的工作心厭 (郭生玉、民76)。Kyriacou & Sutcliffe (1978) 兩位學者從認知的觀點，分析工作壓力源 (stressors)，這些壓力源是否能成為教師工作壓力，端視教師的知覺而定。如教師知覺到其對個人的自尊或福祉有威脅時，就形成教師的工作壓力，否則，工作壓力則不存在。工作壓力一旦存在，而個人又無法採取有效的因應策略，長期累積的結果，導致工作心厭現象，而對個人身心造成不良的影響。

工作心厭一旦產生，會表現出對自己的工作對象，失去關心，而以冷漠甚至喪失人性的態度對待他們 (Maslach, 1976)。它的最普遍性的指標是生理和情緒的耗竭 (physical and emotionalized exhaustion)、消極或非人性化的態度 (depersonalized attitude) 以及缺乏個人成就感 (personal accomplishment) (Maslach, 1982)。教師工作心厭的研究，近年來日益受到關心，而且成為國際性的研究課題 (Kyriacou, 1987)，這和越來越多的教師離開教育工作崗位有密切關係，同時，也和日漸增多的現職教師缺乏服務士氣與工作熱忱有關連。依據Truch (1980) 的說法，教師工作壓力和工作心厭，因教師不良的工作表現、教師的曠職及人員的補充，每年至少要花費35億之多。最近幾年，我國國民中小學的教師有嚴重缺乏的現象，這是否和教師的工作心厭有關，實在值得加以探討。

工作壓力既然是形成工作心厭的主要因素，那麼，在教育工作環境中，究竟有那些因素是工作壓力的重要來源？根據美國全國教育學會 (NEA) 最近所出版的「壓力與學校教師」 (Stress and the Classroom Teacher) 一書中的敘述，可分成三大來源：(1) 環境因素 (environment factors)，(2) 人際關係 (interpersonal relationships) 和(3) 個人內在關係 (intrapersonal relationships) (Swick & Hanley, 1980)。環境因素方面包括：不良的教學資源和設備、課室中的紛擾行為、過多的文書工作、缺乏晉升機會、不良的學校組織，及工作負荷過重等；人際關係方面包括：家庭關係、同事關係、與行政人員的關係，及社會的支持等；個人內在關係方面包括：人格特質、完美主義、消極自我觀念、缺乏計畫技巧，及期望偉大的成就等。

國民中小學及高中三類教師，在教育的對象、情境與角色任務方面，迥然相異，其來自上述三種壓力來源，自然有別，尤其是環境因素方面。根據國內目前教育實際情況來看，國中教育階段面對強大的升學壓力，家長對教師期望甚殷，教學工作負荷極重，加上青少年階段學生心理不穩定，反抗性強，訓導問題層出不窮，教師所感受到的壓力因而也可能遠高於高中教師，而傾向於產生工作心厭。基於上述觀點，本研究擬驗證下列兩個假設：

- 一、國中教師在「情緒耗竭」、「缺乏人性」、「個人成就感」的三項工作心厭，均顯著高於國小與高中教師。
- 二、國小教師在「情緒耗竭」、「缺乏人性」、「個人成就感」的三項工作心厭，均顯著高於高中教師。

方 法

一、研究對象

本研究旨在比較國民中小學與高中教師工作心厭的差異性，故研究樣本係從國小、國中、高中三類教師中抽取。全部樣本共有1077人，其中國小教師434人，國中教師383人，高中教師260人；男性教師541人，女性教師536人。國小教師係取自省立台北師範學院和台南師範學院的在職進修班教師。國中教師則取自國立台灣師範大學教育研究所、教育心理與輔導研究所、歷史研究所、地理研究所、英語研究所、數學研究所及化學研究所的進修教師。高中教師除了部分來自上述進修班教師之外，大部分樣本係從豐原中等學校教師研習中心的高中導師研習班中抽取，他們來自全省高級中學，除擔任導師工作外，亦擔任學科教學，各科目均有。有關研究樣本的分佈情形如表一所示。

表一 研究樣本分佈情形

	男	女	合計
國 小 教 師	224	210	434
國 中 教 師	176	207	383
高 中 教 師	141	119	260
合 計	541	536	1077

二、研究工具

Maslach和Jackson於1981年編訂工作心厭量表，筆者於民國76年基於研究的需要，乃以國內之教師為對象，加以修訂使用。由於修訂後之量表由原來的22題減為17題，題數少了5題。為求量表的完整性，並驗證三個因素結構的穩定性，於民國79年的研究，再依據原量表的題數和筆者民國76年的修訂量表，重新加以修訂。此次修訂，除維持原修訂量表的17題外，再將Maslach和Jackson量表的5題放進去，同時，依據因素理論結構，筆者再增加4個新題目。鑒於原量表每題有八點量表，作答時較不易，乃在此次修訂時改為六點量表，以利填答。

修正後之題目，經過預試兩百多位國中小學教師後，採用因素分析法中的映像分析（image analysis），並用斜交轉軸，結果同樣得到三個工作心厭分數，它們分別是：情緒耗竭（emotional exhaustion）、個人成就感（personal accomplishment）和缺乏人性（dpersonalization）。修訂後的量表，共有23題，其中測量情緒耗竭方面有9題，和原量表一樣，不過，原題目「直接和同事一起工作，帶給我很大壓力」被刪除，由新增的題目「暫時離開工作環境，似乎可以紓解我的情緒」所取代；測量個人成就感方面的題目有7題，比原量表少了一題，該題是「我覺得精力很充沛」。測量缺乏人性方面的題目有7題，除比原量表多了兩題外，其餘5題和原量表一樣。新的兩題分別是「對某些頑劣學生，我會視若無睹」和「我認為努力教學，就可以得到好的結果」，後題是反

向題。

修訂的量表係採用「強度」向度評定工作心厭傾向，從「幾乎沒有」這種感受到「非常強烈」的感受。在「情緒耗竭」與「缺乏人性」兩項得分高，而在「個人成就感」得分低者，表示有工作心厭傾向。所謂「情緒耗竭」，就是指耗盡了工作的情緒，感到精疲力竭，身心交瘁的狀態；「缺乏人性」係指態度冷漠，對學生缺乏同情心與耐心，指責學生的錯誤；「個人成就感係指自己有能力處理問題或幫助學生（郭生玉，民79）。

新量表的題目，其CR值最高為22.68，最低為7.36（如表二）。各個題目與分量表總分之相關，介於.32~.88之間，可見三個分量表的題目，均在測量相同的特質。三個分量表的 α 係數分別為.88，.76，.77，這表示各分量表的內部一致性頗高。從表三的因素分析結果來看，1，2，3，6，8，13，14，20，26等九題在因素一「情緒耗竭」的因素負荷量較高，4，7，9，17，18，19，21等七題在「個人成就感」的因素負荷量較高；5，10，11，15，22，23，25等七題在「缺乏人性」的因素負荷量較高。因素分析所得結果，大致符合Maslach和Jackson於1981年所編製的量表，且和筆者民國76年所修訂的因素結構一致，可見此量表的因素結構，相當穩定。

表二 教師工作心厭量表內部一致性分析

分量表	題目	CR值	與分量表總分之相關	係數
情緒耗竭	1.從我的教學工作中，我覺得耗盡了工作的情緒。	16.34	0.72	0.88
	2.工作一整天後，我感到精力疲力竭。	18.32	0.70	
	3.當早上起床後而必須再面對另一天的教學工作時，我感到疲倦。	15.19	0.67	
	6.整天與學生或同事工作在一起的確使我緊張。	10.99	0.53	
	8.從我的工作中，我感到身心交瘁。	22.68	0.80	
	12.對我的工作，我有挫折感。	12.68	0.63	
	13.我覺得自己的工作過份努力。	7.36	0.38	
	18.我怠到智窮力盡。	13.84	0.64	
	23.暫時離開工作環境，似乎可以紓解我的情緒。	13.42	0.57	
個人成就感	4.我容易了解我的學生對事情的感受。	10.20	0.47	0.76
	7.我可以很有效的處理學生的問題。	11.19	0.50	
	9.從我的工作中，我感到正積極的影響學生的生活。	11.97	0.50	
	15.我能容易和學生共同創造一個輕鬆的氣氛。	12.63	0.54	
	16.和我的學生專心工作之後，我感到很快活。	9.16	0.42	
	17.在教學工作中，我已完成許多有價值的事情。	13.09	0.63	
	19.在我的工作中，我能很鎮定的處理情緒上的問題。	7.88	0.32	
缺乏人性	5.我會將某些學生視為沒有個性的東西看待。	8.89	0.42	0.77
	10.自我從事教學工作以來，我覺得對人變得更為冷淡。	13.17	0.56	
	11.我擔心教學工作會使我逐漸失去感情。	14.48	0.62	
	14.我不太在乎某些學生發生了什麼事。	9.19	0.43	
	20.我覺得學生在為他們的一些問題而責怪我。	9.85	0.43	
	21.對某些頑劣學生，我會視若無睹。	9.32	0.42	
	22.我認為努力教學，就可以得到好的結果。	17.44	0.55	



表三 教師工作心厭量表的因素分析

題號	因素一	因素二	因素三	h2
1	.731	-.048	.001	.537
2	.789	.020	-.122	.638
3	.699	-.086	-.036	.497
6	.438	-.032	.258	.259
8	.768	-.050	.070	.597
13	.547	-.169	.182	.361
14	.461	.228	-.021	.265
20	.571	-.034	.169	.356
26	.557	-.103	.049	.323
4	.047	.490	-.030	.243
7	-.059	.517	.007	.271
9	.161	.537	-.070	.319
17	-.054	.566	.017	.324
18	-.066	.408	-.128	.187
19	.084	.597	-.140	.383
21	-.082	.394	.097	.171
5	.034	.007	.414	.173
10	.312	.025	.548	.398
11	.372	-.037	.488	.378
15	-.142	-.058	.465	.240
22	.233	.042	.325	.162
23	-.031	-.096	.391	.163
25	.310	-.022	.396	.253

三、實施程序

本研究係筆者從事「工作壓力與專業態度對教師工作心厭高低之區別功能研究」時，所共同收集與測量到的資料。因為本研究對象包含國小、國中與高中三類教師，在取樣或資料收集方面，比較難採用隨機取樣方式，而且資料收集費時費事。全部抽樣完成並實施教師工作心厭量表，總共歷時兩個月始完成。

施測工作在國小教師方面，委由研究助理與台北、台南兩所師院的初教系教授協助辦理；在國中教師方面，則由筆者和研究助理共同分別施測；高中教師方面，由筆者親赴豐原中等學校教師研習中心施測。施測時，「教師工作心厭量表」約需二十分鐘，始可實施完畢，但因和「教師工作壓力問卷」與「教師專業態度量表」一起實施，故費時一小時始施測完畢。為使教師作答時，無所顧忌而誠實填答每一份量表題目，施測時採不記名方式作答。有關施測之程序和應注意事項，

筆者均在施測前與工作者，共同研商，取得一致的做法。

四、資料分析

本研究資料收集完成之後，由研究助理及工讀生共同做初步整理工作，然後將所有資料輸入電腦，儲存於磁碟片。因本研究旨在比較國小、國中與高中三類教師工作心厭之差異性，故上述兩個假設，均以二因子多變項變異分析法分析資料，以考驗假設是否獲得支持。二因子分別是性別與三類教師，如果達到統計上顯著水準，再進一步採用Bonferroni同時信賴區間考驗，以做事後比較。全部資料分析係使用SPSS-X (Statistical package for the Social Science) 程式輯，利用教育部電子計算中心設備，從事分析的工作。

結 果

一、三類教師工作心厭之平均數與標準差

國小、國中與高中三類教師在教師工作心厭量表得分之平均數與標準差，如表四所示。

表四 三類教師工作心厭之平均數與標準差

		國 小		國 中		高 中	
		平均值	標準差	平均值	標準差	平均值	標準差
男	情緒耗竭	21.09	7.59	21.76	7.59	19.18	7.65
	個人成就感	26.02	3.96	23.02	4.35	23.36	3.97
	缺乏人性	9.44	4.95	11.66	5.63	10.10	5.10
女	情緒耗竭	22.32	8.23	23.14	7.79	10.92	7.92
	個人成就感	24.83	4.02	22.80	4.05	23.77	3.93
	缺乏人性	8.18	4.76	10.27	5.13	9.19	4.53



二、三類教師工作心厭之多變項變異數分析

表五、三類教師工作心厭之多變項變異數分析摘要

變異來源	SSCP 矩陣			Λ	F
性 別	378.4238			0.9557***	16.4701***
	104.5190	28.8677			
	367.5149	101.5060	356.9204		
學 校	960.9820			0.8980***	19.6102***
	92.8321	1369.9574			
	243.2590	-1072.7630	944.6045		
性別×學校	68.5274			0.9907	1.6552
	87.0110	111.5946			
	10.4189	16.1426	9.1996		
組內誤差項	64928.8034				
	-5400.9988	17528.8915			
	21542.8418	-7770.9746	27126.9365		

***P<0.001

國中教師在「情緒耗竭」、「缺乏人性」、「個人成就感」的三項工作心厭，是否顯著高於國小與高中教師？而國小教師在這三項工作心厭傾向，是否顯著高於高中教師？為探討這兩個問題，本研究先以二因子多變項變異數分析法考驗其差異性，結果如表五所示。

從表五分結果來看，男女教師在工作心厭上的差異，達到統計上非常顯著水準，其 $\Lambda = .9907$ ， $P < .05$ 。為進一步了解男女教師和三類學校教師在三項工作心厭上的差異情形，使用Bronferroni同時信賴區間考驗，其結果如表六和七所示。

表六 三類教師工作心厭三項分數之事後比較

變 項	比 較	估計係數	t 值	上 限	下 限
情緒耗竭	國小－國中	-0.3939	-0.7180	-1.8439	1.0561
	國小－高中	1.9998	3.2529**	0.3748	3.6248
	國中－高中	2.3937	3.7963***	0.7271	4.0603
個人成就感	國小－國中	2.5136	8.8186***	1.7602	3.2671
	國小－高中	1.8633	5.8332***	1.0190	2.7076
	國中－高中	-0.6504	-1.9851	-1.5163	0.2156
缺乏人性	國小－國中	-2.1551	-6.0776***	-3.0923	-1.2178
	國小－高中	-0.8390	-2.1115	-1.8894	0.2113
	國中－高中	1.3160	3.2291**	0.2388	2.3933

**P<0.01

***P<0.001



表七 不同性別教師工作心厭三項分數之事後比較

變 項	比 較	估計係數	t 值	上 限	下 限
情緒耗竭	男—女	-1.2197	-2.4938	-2.5125	0.0731
個人成就感	男—女	0.3369	1.3256	-0.3348	1.0086
缺乏人性	男—女	1.1845	3.7469***	0.3489	2.0201

*** $P < 0.001$

表六的事後比較分析結果顯示：在「情緒耗竭」方面的工作心厭，國中與高中教師的差異，達到非常顯著水準（ $t=3.7963$ ， $P<.001$ ）；國小與高中教師的差異，也達到非常顯著水準（ $t=1.9998$ ， $P<.01$ ）。國小與國中教師的差異，則未達顯著水準（ $t=-.7180$ ， $P>.05$ ）。從表四的平均數來看，可知國中教師在情緒耗竭的工作心厭，顯著高於高中教師，而國小教師在此方面的工作心厭，也顯著高於高中教師。

在「個人成就感」方面的工作心厭，國小與國中教師的差異，達到非常顯著水準（ $t=8.8186$ ， $P<.001$ ）；國小與高中教師的差異，也達到非常顯著水準（ $t=5.8332$ ， $P<.001$ ）。國中與高中教師的差異，則未達顯著水準（ $t=-1.9851$ ， $P<.05$ ）。從表四的平均數來看，可知國小教師在個人成就感方面，顯著高於國中教師，易言之，國中教師在個人成就感上所知覺到的工作心厭遠高於國小教師。而國小教師在個人成就感方面，也顯著高於高中教師，這顯示高中教師在個人成就感上所知覺到的工作心厭遠高於國小教師。

在「缺乏人性」方面的工作心厭，國中與高中教師的差異，達到非常顯著水準（ $t=3.2291$ ， $P<.01$ ）；國小與國中教師的差異，也達到非常顯著水準（ $t=-6.0776$ ， $P<.001$ ）。國小與高中教師的差異，則未達顯著水準（ $t=-2.1115$ ， $P>.05$ ）。從表四的平均數來看，可知國中教師在缺乏人性的工作心厭，顯著高於高中教師，而且，也顯著高於國小教師。

表七的事後比較分析結果顯示：男女教師僅在「缺乏人性」一項的工作心厭，達到非常顯著的差異水準（ $t=3.7469$ ， $P<.001$ ），在「情緒耗竭」與「個人成就感」兩方面的工作心厭，則未達顯著差異水準（ $t=-2.4938$ ， $P>.05$ ； $t=1.3256$ ， $P>.05$ ）。從表四的平均數觀之，可知男性教師在缺乏人性方面的工作心厭，顯著高於女性教師。

討 論

本研究的主要目的是在探討國小、國中和高中三類教師工作心厭的差異情形。所欲驗證的假設有二：第一為：國中教師在「情緒耗竭」、「缺乏人性」、「個人成就感」的三項工作心厭，均顯著高於國小與高中教師。第二為：國小教師在「情緒耗竭」、「缺乏人性」、「個人成就感」的三

項工作心厭，均顯著高於高中教師。

依據多變項變異數分析和事後比較結果發現：國小、國中和高中三類教師的工作心厭有顯著的差異，在「情緒耗竭」方面的工作心厭，國中教師顯著高於高中教師，而國小教師顯著高於高中教師。在「個人成就感」方面的工作心厭，國中教師顯著高於國小教師，而高中教師顯著高於國小教師。在「缺乏人性」方面的工作心厭，國中教師顯著高於高中教師，而且也顯著高於國小教師。若從國中教師的工作心厭來看，在和國小、高中教師的六項比較中，有兩項工作心厭（個人成就感與缺乏人性）均顯著高於國小教師，也有兩項工作心厭（情緒耗竭與缺乏人性）均顯著高於高中教師。由此可知，本研究第一個假設大部分獲得支持。這似乎說明了一個很重要的事實，那就是，國中教師比國小與高中教師傾向於產生工作心厭現象。易言之，國中教師有比較嚴重的工作心厭傾向。若從國小教師的工作心厭來看，在和高中教師的三項比較中，國小教師在情緒耗竭的工作心厭顯著高於高中教師，但在個人成就感的工作心厭，卻顯著低於高中教師，亦即國小教師知覺到有較高的工作成就感。由此可見，本研究第二個假設可獲得小部分的支持。

綜合上述，可以得到兩個事實：第一，國中教師比國小與高中教師有較高的工作心厭傾向。第二，國小教師的工作心厭傾向，並沒有明顯的高於高中教師。

在三類教師中，何以國中教師有較高的工作心厭現象？不少學者（Blase, 1982; Brissie, Hoover-Dempsey, & Bassler, 1988; Huberty & Huebner, 1988; Hock, 1985）的研究均共同指：出工作心厭的形成係來自工作的壓力。就國中教育的實際情境來看，其教育對象為青少年時期學生，身心發展正處於急速變化階段，情緒非但不穩定，而且，反抗權威傾向甚強，青少年心理所導致的訓導問題或教室中的紛擾行為，使國中教師窮於應付，而感到身心交瘁。加上，升學主義盛行，家長對教師期望甚殷，干預過多，教師不但工作負荷過重，且感受到極大壓力。在這些壓力之下，國中教師自然較易形成工作心厭。國中教育環境中，的確有不少的壓力來源。依據蔡璧煌（民78）的研究發現，國中教師感到壓力最大的項目，第一是：「班級人數過多，教室管理不易，尤其對處理適應欠佳學生的行為問題，常有挫折感和無力感」；第二是：教材份量不多，與每學期上課時數未能切實配合，常須趕課」；第三是：「常須花費額外的時間去做一些與正常教學無關的事情」。蔡先口（民74）研究國中教師壓力指出：有六項主要工作壓力因素：與學校和行政人員的關係、學生的學習方面、角色方面、工作負荷、學生的不良行為和教師的專業發展等。

國內外的教學環境，未盡相同，但一些國外的研究也發現，國中教育階段的教師較容易有工作心厭傾向（Farber, 1984; Nagy & Davis, 1985; Russell, Altmaier, & Van Velzen, 1987; Schwab & Iwanicki, 1982）。例如，Schwab等氏（1982）的研究曾指：出任教育青少年時期或青年期學生的中學教師，其對學生的態度比小學教師消極冷漠（缺乏人性），而高中教師不但對學生有更多的消極情感，且缺乏個人工作的成就感。Russell等氏（1987）的研究也發現：中學教師缺乏人性的工作心厭方面，也比小學教師高。

國中教師既然有較明顯的工作厭傾向，如何減輕其工作壓力，以預防工作心厭的產生，便成為教育界所關心的問題。有些學者（Cherniss, 1988; Russell, et al., 1987）認為增加社會支持（social supports）是預防工作心厭的有效方法。另外，有些研究者（Higgins, 1986; Osipow & DAVIS, 1988; 謝月英，民78）則主張教導教師因應壓力的策略，會有助於減低工作心厭的發生。除此之外，減少班級人數、建立良好組織氣氛、給予教師更多教學的準備時間、建立有效的師資訓練計畫和專業發展計畫、認可教師工作的努力等，均是減輕工作心厭的一些方法（Dunham, 1984; Kyriacou, 1981）。

依據本研究的資料分析結果發現：國小教師在情緒耗竭的工作心厭比高中教師嚴重，但卻比高

中教師更有工作的成就感。國外的一些研究 (Nagy & Davis, 1985; Russell, Altmaier & Van Velzan, 1987; Schwab & Iwanichi, 1982)，也有類似的發現。例如，Russell等氏 (1987) 的研究指出：小學教師有較高的個人成就感，Nagy二氏的研究結果，也是如此。小學教師較傾向於產生情緒耗竭的工作心厭，可能和其工作負荷太重有關。由於小學係屬包班制，除一兩科目為科任教學外，幾乎要負擔各科的教學，同時，尚須承擔許多行政事務工作或和教學無關的額外事情。依據蔡壁煌 (民78) 的研究發現：國小教師在「工作負」荷上的壓力遠大於國中教師。筆者在民國79年的一項研究中也發現：工作負荷這一項壓力，對國小教師在情緒耗竭的工作心厭，最具有區別效力。由此可見，為預防國小教師的工作心厭，減輕其工作負荷量，可能是一項有效的途徑。

國小教師的工作心厭，沒有明顯高於高中教師，其至遠低於國中教師，其原因何在？根據筆者的推論，可能和下列的因素有關：(1) 國小教師多數由師範院校培育，對教育有深刻正確的認知，其專業認同較強；(2) 國小教育環境中，同事關係良好，有極和諧的學校氣氛；(3) 國小採包班制，師生關係融洽；(4) 國小兒童天真活潑，較少製造困擾教師的行為。除此之外，國小教師是否具備較佳的人格特質？或擁有因應工作壓力的良好能力，是今後值得進一步研究的課題。

參考文獻

- 郭生玉 (民76)：國中教師工作心厭與背景因素關係之研究。師大教育心理學報，第20期，37-54。
- 郭生玉 (民79)：工作壓力與專業態度對教師工作心厭高低之區別功能研究。師大教育心理學報，第23期，71-98。
- 蔡先口 (民74)：國民中學教師工作壓力和專業態度關係及其相關因素之研究。國立台灣師範大學輔導研究所碩士論文。
- 蔡壁煌 (民78)：國民中小學教師壓力之研究。師大學報，第34期，35-114。
- 謝月英 (民78)：三種輔導介入策略對國小教師工作倦怠、非理性信念及內外控信念影響效果之實驗研究。國立台灣師範大學教育心理輔導研究所碩士論文。
- Anderson, S. A. (1981). Lifestyles/personal health care in different occupations. *NAASP Bulletin*, 65, 36-39.
- Belcastro, P. A., & Gold, R. S. (1983). Tescher stress and burnout: Implications for school health personnel. *Journal & School Health*, 53(7), 404-407
- Benjamin, L., & Walz, G. R. (1987). *Counseling students and faculty for stress management*. (ERIC Document Reproduction Service NO. ED 291917).
- Blase, J. J. (1982). A social-psychological grounded theory of teacher stress and burnout. *Educational Administration Quarterly*, 18(4), 93-113.
- Brissie, J. S., Hoover-Dempsey, K. V., & Bassler, O. C. (1988). Individual, situational contributors to teacher burnout. *The Journal of Educational Research*, 82(2), 106-112.
- Chernise, C. (1980). *Staff burnout: Job stress in the human services*. Beverly Hills: Sage publications.
- Cherniss, C. (1988). Observed supervisory behavior and teacher burnout in special education. *Exceptional Children*, 54(5), 449-454.

- Cichon, D. J., & Koff, R. H. (1980). Stress and teaching. *NASSP Bulletin*, 64, 91-104.
- Dunham, J. (1984). *Stress in teaching*. London: Croom Helm.
- Farber, B. A. (1984). Stress and burnout in suburban teachers. *Journal of Educational Research*, 77, 325-331.
- Fisher, M. L. (1985). Teacher burnout and the perception of student behavior. *Education*, 105(3), 299-305.
- Hendrix, W. H., Cantrell, R. S., & Steel, R. P. (1988). Effect of social support on the stress-burnout relationship. *Journal of Business and psychology*, 3(1), 67-73.
- Higgins, N. C. (1986). Occupational stress and working woman: The effectiveness of two stress reduction programs. *Journal of Vocational Behavior*, 29(1), 66-78.
- Hock, R. R. (1985). *Professional burnout among public school teachers*. (ERIC Document Reproduction Service, NO. ED 264219).
- Holt, P., Fine, M. J., & Toolefson (1987). Mediating stress: Survival of the hardy. *Psychology in the Schools*, 24, 51-58.
- Huberty, T. J., & Huebner, E. S. (1988). A national survey of burnout among school psychologists. *Psychology in the Schools*, 25, 54-62.
- Kyriacou, C. (1981). Social support and occupational stress among school teachers. *Educational Studies*, 7, 55-60.
- Kyriacou, C. (1987). Teacher stress and burnout: An international review. *Educational Research*, 29(2), 146-152.
- Kyriacou, C. & Sutcliffe, J. (1978). A model of teacher stress. *Educational Review*, 29, 299-306.
- Maslach, C. (1976). Burned out. *Human Behavior*, 5, 1622.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). *Maslach Burnout Inventory: Manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C. (1982). Understanding burnout: Definitional issues in analyzing a complex phenomenon. In W. S. Paine (Ed.), *Job stress and burnout: Research, theory, and intervention perspective*. Beverly Hills, CA: Sage Publications.
- Nagy, S., & Davis, L. G. (1985). Burnout: A comparative analysis of personality and environmental variables. *Psychological Reports*, 57, 1310-1326.
- Osipow, S. H., & Davis, A. S. (1988). The relationship of coping resources to occupational stress and strain. *Journal of Vocational Behavior*, 32(1), 1-15.
- Richard, G. V., & Krieshok, T. S. (1989). Occupational stress, strain, and coping in university faculty. *Journal of Vocational Behavior*, 34(1), 117-132.
- Russell, D. W., Altmaier, E., & Van Velzin, D. (1987). Job-related stress, social support, and burnout among classroom teachers. *Journal of Applied Psychology*, 72(2), 269-274.
- Schwab, R. L., & Iwanicki, E. F. (1982). Who are our burnout teachers? *Educational Research Quarterly*, 7(2), 5-16.
- Swick, K. J., & Hanley, P.E. (1980). *Stress and the classroom teacher*. National Education Association Publication.

Sylwester, R. (1977). Stress and the classroom teacher. *Instructor*, 86, 72-76.

Truch, S. (1980). *Teacher burnout*. Novata, CA: Academic Therapy Publications.



Bulletin of Educational Psychology, 1992, 25, 67-79.
Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, China.

A COMPARATIVE STUDY OF TEACHER BURNOUT AMONG PRIMARY, JUNIOR HIGH, AND SENIOR HIGH SCHOOL TEACHERS

Sheng-Yu Kuo

ABSTRACT

The present study was designed to investigate the differences of teacher burnout among primary, junior high, and senior high school teachers. The subjects for this study included 1077 school teachers, 434 from primary school, 383 from junior high school, and 260 from senior high school. They were administered a teacher burnout inventory. The data was analyzed by two-way multivariate analyses of variance. The main findings were as follows:

1. Junior high school teachers did have higher burnout levels of depersonalization and personal accomplishment than did primary school teachers. They also exhibited higher burnout levels of emotional exhaustion and depersonalization than did senior high school teachers.
2. Primary school teachers did have higher burnout levels of emotional exhaustion than did senior high school teachers. They experienced greater sense of personal accomplishment than did senior high school teachers.
3. Male teachers exhibited higher burnout levels of depersonalization than did female teachers.

key words : teacher burnout, depersonalization, personal accomplishment, emotional exhaustion

